

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE PSICOLOGÍA



ESPIRITUALIDAD Y ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

JOSEPH LEONARDO TUÑOQUE BECERRA

ASESOR

IORELLA MELISSA VELASQUEZ TUESTA

<https://orcid.org/0000-0001-6731-7828>

Chiclayo, 2020

ÍNDICE

RESUMEN	3
ABSTRACT	3
ESPIRITUALIDAD Y ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS.....	4
MARCO REFERENCIAL	6
<i>Antecedentes.....</i>	<i>6</i>
BASES TEÓRICAS	8
<i>Definición de Espiritualidad.....</i>	<i>8</i>
<i>Dimensiones de la Espiritualidad</i>	<i>10</i>
<i>Características de la Espiritualidad</i>	<i>11</i>
<i>Modelos en Salud de la Espiritualidad</i>	<i>11</i>
<i>Impacto de la Espiritualidad en Estudiantes Universitarios.....</i>	<i>12</i>
DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS.....	15
MÉTODOS.....	16
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	17
<i>Definición de Espiritualidad.....</i>	<i>17</i>
<i>Dimensiones de la Espiritualidad</i>	<i>18</i>
<i>Características de la Espiritualidad</i>	<i>18</i>
<i>Modelos en Salud de la Espiritualidad.....</i>	<i>19</i>
<i>Impacto de la Espiritualidad en Estudiantes Universitarios.....</i>	<i>20</i>
CONCLUSIONES.....	23
RECOMENDACIONES	24
REFERENCIAS.....	25

Resumen

De la enorme importancia de la espiritualidad en el desarrollo integral en la persona y del poco estudio que se le ha dado, sobre todo en el contexto latinoamericano y en estudiantes universitarios, es que se tiene por objetivo determinar la evidencia teórica científica donde se aborde la espiritualidad, así como su impacto en los estudiantes universitario. Para ello, se realizó una revisión de la literatura a partir de las publicaciones en distintas bases de datos, entre ellas ScienceDirect, SpringerLink, Elsevier, Scielo, ResearchGate, Dialnet, Scopus y ApaPsycnNet, entre los años 2007 y 2020, en idiomas español, inglés y portugués, en los cuales la variable a estudiar se ajustaba a la población seleccionada y en los que se encontraban definiciones, teorías, dimensiones y características de la espiritualidad, así como indicadores afines. Se encontraron múltiples definiciones de espiritualidad sin un consenso específico de lo que encerraba el concepto, por ello podemos decir que existe dificultad para teorizar sobre sus dimensiones, características y modelos en salud, a pesar de ello existen propuestas o aproximaciones de estas. Asimismo, se logró verificar que la espiritualidad influiría de manera positiva en el desarrollo del estudiante universitario. Se recomienda impulsar la investigación de esta variable a fin de aumentar la base teórica sobre la cual desarrollar investigaciones más profundas.

Palabras clave: Espiritualidad, Estudiantes Universitarios, Desarrollo integral.

Abstract

The great importance of spirituality in the integral development of the person and the little study that has been given to it is that it aims to determine the scientific theoretical evidence where spirituality is addressed, as well as its impact on university students. For this, a literature review was conducted from publications in different databases, including Sciencedirect, Springerink, Elsevier, Scielo, Researchgate, Dialnet, Scopus and ApaPsycnNet between the years 2007 and 2020, in Spanish, English and Portuguese languages, in which the variable to study was adjusted to the selected population and in which were definitions, theories, dimensions and characteristics of spirituality, as well as related indicators. Multiple definitions of spirituality were found without a specific consensus of what the concept contained, so we can say that there is difficulty to theorize about its dimensions, characteristics and health models, despite it there are proposals or approaches of these. It was also possible to verify that spirituality would positively influence the development of university students. It is recommended to promote research on this variable in order to increase the theoretical basis on which to develop further research.

Keywords: Spirituality, University students, Integral development.

Espiritualidad y Estudiantes Universitarios

Sabemos que la persona es un ser integral compuesta ontológicamente por 4 dimensiones: biológica, social, psicológica y espiritual. En base a ello, en 1998 la Organización Mundial de la Salud (OMS) actualizó el concepto de salud incluyendo esta última dimensión (Santana, Antunes, Miranda, & Donha, 2017); sin embargo, esta fue relegada debido a que se consideraba que no se podía estudiar de manera científica e incluso empezó a ser estimada como un obstáculo para el progreso de las ciencias de la salud (Girard, 2007; Jiménez, 2005). Ello trajo como consecuencia que fuese dejada de lado por muchos años olvidando su relevancia en la investigación y en la formación profesional (Salgado-Levano, 2017), generando la falta de investigaciones basadas en la evidencia que comprueben su rol moderador y amortiguador ante eventos estresantes, su importancia en el cuidado de la salud de la persona consultante y sus beneficios para el desarrollo integral del estudiante (Santana et al., 2017).

No obstante, en las últimas décadas el interés por el estudio de la espiritualidad ha crecido de manera tal que ha propiciado la creación de una rama de la psicología siendo está denominada como psicología de la religión y la espiritualidad (Yoffe, 2012). Asimismo, este creciente interés ha favorecido, aunque en menor medida, la investigación de esta variable en el ámbito universitario (Wachholz & Castellá, 2018), pues es dentro de la época universitaria que la persona se ve obligado a atravesar diversas situaciones estresantes (Sarubbi de Rearte & Castaldo, 2013), los cuales podrían ser perjudiciales para su salud, pero que también lograrían activar procesos inherentes a la espiritualidad, pues esta se basaría en la búsqueda de lograr comprender el significado de estos eventos, activando así diversos estilos de afrontamiento de estrés, logrando adaptarse con éxito a las dificultades (O'Grady, Orton, White, & Snyder, 2016). En este sentido la espiritualidad influiría en las emociones del estudiante, de modo que estas se eleven, provocando estados de bienestar y satisfacción subjetiva y por consiguiente una percepción de mejor calidad de vida (Irurzun & Yaccarini, 2018).

Pese a ello, aún existen muchos obstáculos en su estudio, a saber: dificultades para definir esta variable, pocos modelos que expliquen su desarrollo en la persona y la escasez de investigación, sobre todo en el contexto latinoamericano (Irurzun, Mezzadra, & Preuss, 2017). Además, si bien las publicaciones de la espiritualidad son escasas en nuestro contexto, estas se reducen aún más cuando se trata de su investigación en estudiantes universitarios.

Frente a las condiciones declaradas se formula la siguiente interrogante: ¿Cuál es la evidencia teórica científica de la espiritualidad y su impacto en estudiantes universitarios? Por ello, se propone como objetivo general determinar la evidencia teórica científica donde se aborde la espiritualidad, así como su impacto en los estudiantes universitarios; de manera

específica se buscará definir la espiritualidad, identificar las dimensiones y características de la espiritualidad, describir los modelos en salud de la espiritualidad y describir el impacto de la espiritualidad en estudiantes universitarios.

La importancia de este estudio radica en la necesidad de ampliar la comprensión de esta variable, debido a que su recientemente reconocimiento como necesidad primordial en el cuidado, mejoría y desarrollo de la persona supone diversos retos para las diversas instituciones educativas, quienes preocupadas por el crecimiento integral de la persona y no ajenas a las necesidades de la sociedad, se ven en el deber de implementar cursos que fomenten la espiritualidad formando profesionales capaces de responder a las necesidades espirituales mediante el conocimiento de la influencia de distintas variables como la autoconciencia, las creencias espirituales, las necesidades espirituales, las practicas espirituales, entre otras, en la persona.

Asimismo, se logrará sintetizar la información existente sobre espiritualidad, además de recoger evidencias de su impacto favorable en estudiantes, lo cual ayudará a contribuir con el progreso de esta rama de la psicología, pues servirá como base para estudios más profundos y específicos de la variable.

Marco Referencial

Antecedentes

Se realizó, en Lima, una revisión sobre las investigaciones empíricas que sostenían la hipótesis de que la religión, la religiosidad y la espiritualidad, traían beneficios en diversas áreas de la vida de la persona. En la que se concluyó que, la espiritualidad estaría vinculada con las emociones positivas, la esperanza, la autoestima, el amor, menor depresión, evitaría el abuso del consumo de sustancias y comportamientos sexuales riesgosos. Además, que influiría en la salud mental a través de los mecanismos de acción psiconeuroinmunológico y psicofisiológicos. Asimismo, se correlacionó con menor mortalidad, menor uso de servicios hospitalarios, reducción del cáncer, presión sanguínea diastólica mucho más baja, estilos de vida más saludables, sistemas inmunes más fuertes, optimización de la función del sistema inmune y disminución de los síntomas del cáncer. Al revisar estudios donde se investigaban las dos o tres variables en conjunto se encontró que estas se asociaban con la prevención, aceleración de recuperación y promoción de la tolerancia frente al padecimiento, promoción de valores psicosociales, menor actividad antisocial, mejor rendimiento académico, mejor adaptación a situaciones estresantes, mayor esperanza, estados de ánimo positivos, menores deseos de muerte, menores niveles de dolor, ansiedad, hostilidad y aislamiento social, niveles más altos de satisfacción con la vida, mayores niveles de bienestar, mayor longevidad y mejor enfrentamiento a la muerte. Por todo ello, Salgado (2014) afirmaría que no existe duda del rol fundamental que cumplen estas variables en el mantenimiento de la salud pues sus beneficios serían altamente favorables.

Se llevó a cabo una revisión de todos los artículos publicados donde se estudió la espiritualidad y la religión en el contexto puertorriqueño. Para ello se realizaron revisiones de los distintos tomos de 4 revistas puertorriqueñas dedicadas a publicar estudios psicológicos. Incluyeron todo tipo de estudios e investigaciones. Se encontró que en 11 años (2007-2018) solo se habían publicado 18 investigaciones en las cuales se exploraba la espiritualidad y la religión, sumado a ello, solo 8 eran empíricas, los demás se habían dedicado a revisar teorías y a la realización de revisiones sistemáticas. Concluyendo que se hace muy necesaria la proliferación y la diversificación de estudios donde se investigue la espiritualidad. (Gonzales-Rivera, Pagán-Torres, Soto-Rodríguez, Maymi-Guadalupe & Rodríguez-Rivera, 2019).

Se efectuó una revisión sistemática, en Argentina, en la que se propuso explorar las investigaciones que respaldaban la existencia de alguna relación entre el modelo de los cinco factores de la personalidad y la espiritualidad. Para alcanzar dicho objetivo se consideraron publicaciones encontradas en diferentes bases de datos como PsycInfo, ERIC, Pubmed,

CAIRN, CLASE, Scielo, Dialnet, Lilacs y Redalyc. De este modo se concluyó que existen evidencia de una correlación positiva entre la espiritualidad y apertura, responsabilidad, extroversión y amabilidad, así como la existencia de una correlación negativa con el neuroticismo. Además, se observó que la espiritualidad se aproximaría a ser considerado como un sexto factor de la personalidad, debido a que se asemeja a algunos factores en termino de rasgos, pero al mismo tiempo excluiría otros. (Simkin, Rubio, Di Puglia, & Preuss, 2019).

En una revisión sistemática, realizada en Brasil, se buscó confirmar la existencia de la relación entre la espiritualidad y el bienestar en adolescentes sanos mediante el análisis de diversas publicaciones. Para ello buscaron en seis bases de datos: Scielo, Lilacs, Medline, PsycInfo, Scopus y Web of Science; encontrando 26 investigaciones que se acomodaban a los criterios definidos por los autores. Se encontró que las relaciones halladas variaban en niveles bajos y medios de correlación con distintas variables como satisfacción con la vida y propósito de vida, asimismo se halló correlaciones negativas entre espiritualidad y afectos negativos. Se concluyó que existe dificultad para delimitar el concepto de espiritualidad pues este incluiría diversos aspectos como propósito de vida, valores éticos y morales, creencias de fe, actitud ante la muerte, autotranscendencia, entre otros. Así mismo queda evidenciado el efecto positivo del desarrollo de la espiritualidad en adolescentes (Wachholz & Castellá, 2018).

Se llevó a cabo, en Brasil, una revisión bibliográfica en la cual se pretendía explorar como es que se aborda la espiritualidad en los servicios de urgencia y emergencia. Para ello se incluyeron publicaciones realizadas entre el 2000 y el 2014 que se encontraran disponibles en Medline y Scopus en los idiomas inglés, portugués y español. Se descartaron los trabajos que se encontraban en formato de tesis, disertación o monografía, los que no se encontraban completos y aquellos que se habían realizado fuera del intervalo de tiempo establecido. En este trabajo se encontró que, en los distintos artículos revisados, la espiritualidad fue vista como terapia alternativa y complementaria, además se observó que también era usada como un recurso de apoyo familiar mediante el cual los familiares del paciente buscaban lidiar o contrarrestar las situaciones difíciles. De esta manera se percibe a la espiritualidad como una necesidad asociada a al cuidado integral; sin embargo, satisfacer las necesidades espirituales que podrían presentar tanto el paciente como sus familiares no era vista como prioritaria por parte del personal de salud (Santana et al., 2017).

Se ejecutó una revisión bibliográfica, en Venezuela, la cual tuvo por objetivo sustentar mediante la revisión de estudios empíricos que la espiritualidad influiría en la búsqueda y el mantenimiento de la salud. Así pues, la espiritualidad se encontraría ligada a una mejor calidad de vida, menor propensión al suicidio, menores niveles de ansiedad, mayor velocidad en la

recuperación de enfermedades, mejor adaptación a la enfermedad, menor estrés psicosocial, y mayor conteo de linfocitos. De esta manera se precisó que existen diversas maneras de lograr el bienestar espiritual y este se asociaría con la génesis de estrategias de afrontamiento y una mejor respuesta del sistema inmune ante la enfermedad (Navas & Villegas, 2006).

Bases Teóricas

Definición de Espiritualidad

Aún existe controversia acerca del concepto de espiritualidad, pues no existe algún consenso sobre lo que abarcaría su definición, acarreando como consecuencia que su diferenciación con otras variables como con la religión y la religiosidad tampoco se encuentre establecida, esto podría deberse a que la espiritualidad se suele asociar con la participación en alguna religión, sin embargo, se ha de tener en claro que bien podría excluirla. Pues en concordancia con Girard (2007) existen personas muy religiosas, pero con niveles de espiritualidad bajos, así como personas que no se identifiquen en lo absoluto con alguna religión, pero a pesar de ello son muy espirituales.

Según Wachholz y Castellá (2018) la espiritualidad incluiría diversos aspectos como las experiencias con lo trascendente, los valores personales, la experiencia personal, actitud hacia la muerte, conciencia, dimensión del bienestar, significado y propósito de vida, e incluso se ha llegado a proponer como un sexto rasgo en la teoría de los cinco grandes rasgos de la personalidad (Simkin et al., 2019). A continuación, se darán diversas definiciones de espiritualidad.

Para Simkin et al. (2019) la espiritualidad sería el nexo que poseemos con una realidad trascendente, fuera del marco de instituciones o tradiciones formales. Este concepto estaría acorde a la definición dada por la Asociación Americana de Psicología (APA) (como se citó en Gonzales-Rivera et al., 2019) que considera que representaría un interés por Dios, así como la sensibilidad hacia la experiencia religiosa, que podría estar inserta o no en la práctica de una religión en particular. Por este hecho Hood, Hill y Spilka (como se citó en Pérez et al., 2019) sostienen que la espiritualidad involucraría un enfoque más personal y psicológico, basado en un propio sistema de creencias, valores y comportamiento.

Definiciones parecidas dieron Delaney (como se citó en Díaz, Muñoz, & De Vargas, 2012) quien definió la espiritualidad como una perspectiva de Dios más amplia, incluyendo los valores y principios personales, dando sentido y propósito a la vida; Oblitas (2008) quien declaró que la espiritualidad sería aquel conjunto de experiencias, creencias o fenómenos que trascienden los aspectos existenciales de la vida. Es la relación entre una persona y un ser supremo, estando o no dentro de una religión organizada; y Girard (2007) quien defiende que

la espiritualidad representaría una dimensión innata del ser humano, que se manifiesta en su modo de ser, de experimentar y de actuar, los cuales están condicionados al reconocimiento de una dimensión trascendental, caracterizada por valores respecto a uno mismo, los otros, la naturaleza y la vida.

Para Miguel-Rojas et al. (2018) la espiritualidad sería definida como aquella sensación de integración y plenitud con la humanidad, con un sentimiento de claridad perceptiva y trascendencia que involucran el crecimiento personal, con la búsqueda del significado de la vida y las cuestiones últimas, con la calidad de relaciones interpersonales, con uno mismo y con un orden superior.

Por su parte Benito, Bardero y Bones (como se citó en Redondo-Elvira, Ibañez-del-Prado, & Barbas-Abad, 2017) definen la espiritualidad en base a tres ejes fundamentales: relaciones que establece la persona consigo misma a través de la búsqueda de sentido de vida, relaciones armoniosas con los demás y con un ser superior, así como la reconciliación en caso de la presencia de conflicto en alguno de estos tres ejes. Santana et al. (2017) proporcionaría una definición parecida, pero reemplazaría el último de los ejes, mencionando que la espiritualidad sería el modo en el que la persona le da sentido a su vida gracias a las interacciones consigo mismo, con los demás y con el medio que los rodea. En la misma línea Parsian y Dunning (2009) menciona que la espiritualidad abarcaría la búsqueda del sentido de la vida, así como la autorrealización de la persona y la conexión con el yo interior y todo el universo.

Asimismo, Piedmont (como se citó en Irurzun et al., 2017) consideraría en su definición solo el primero de los tres ejes mencionados pronunciando que la espiritualidad sería la motivación que impulsaría el comportamiento de la persona a construir un sentido más profundo de su vida.

Finalmente, según Pillay, Ramlall y Burns (2016) la espiritualidad estaría definida como aquella conexión personal con Dios o un ser supremo, un viaje hacia la conciencia trascendental y la conexión con la propia fuerza de vida interna. En la misma línea Mason, Singleton y Webber (como se citó en Mehrinejad, Tarsafi & Rajabimoghafam, 2015) la definen como el conjunto de creencias y prácticas personales influenciadas por la relación con Dios o un poder supremo.

De la Diferencia con la Religión

Para Girard (2007) la religión sería el acto de inscribirse en creencias, rituales y actividades particulares dentro de una comunidad, mediante los cuales se busca la comunicación con Dios o con un ser superior. En ese mismo orden de ideas Pérez et al. (2019)

mencionan que la espiritualidad se centraría en un enfoque mucho más personal, mientras que la religión estaría referida a un aspecto más institucional y social. Así pues, la espiritualidad encerraría el conjunto de creencias, valores y comportamiento propias de la persona, mientras que la religión centraría su atención en la tradición.

Apoyado en esta concepción, Oblitas (2008) menciona que la religión estaría constituida por un grupo de personas que comparte las mismas creencias y rituales, mientras que la experiencia espiritual tiende a ser universal, sin estar ligada a una sola creencia. Entonces la religión sería el conjunto de prácticas, rituales, normas y creencias compartidas por una comunidad, mientras que la espiritualidad sería aquella que la nutriría y le da sentido, ya que, en la búsqueda conectarse con un ser superior, la persona escogería orientarse hacia una u otra religión (Salgado, 2014).

De la Diferencia con la Religiosidad

La religiosidad sería definida como la puesta en práctica de los valores, creencias y ritos impuestas por una institución organizada, es decir, la búsqueda de lo divino se lograría mediante la manera de vivir; mientras que en la espiritualidad la búsqueda de lo divino se lograría mediante cualquier experiencia de la vida (Navas & Villegas, 2006). Así pues, la religiosidad enmarcaría la experiencia divina dentro de un sistema de creencias que suele vivirse en una comunidad organizada, mientras que la espiritualidad se centraría más en la experiencia que se vive de manera personal con respecto a la cercanía con un ser superior (Gonzales-Rivera et al., 2019). En la misma línea, Irurzun et al. (2017) plantean que la espiritualidad es aquello que nos motiva a buscar sentido a nuestra vida, mientras que la religiosidad es un modo de vivir la espiritualidad, moldeando su expresión en base a un grupo.

Dimensiones de la Espiritualidad

Salgado-Levano (2016) recoge evidencia de la existencia de dos dimensiones dentro del concepto de espiritualidad, una horizontal y una vertical.

La dimensión horizontal haría referencia a la percepción que tiene la persona sobre su propósito y la satisfacción con la vida, así como a las relaciones que posee la persona consigo misma, con los demás y con todo el medio que le rodea.

Por su lado la dimensión vertical aludiría a la relación que la persona tendría con Dios, un valor superior, un ser supremo y al bienestar que derivaría de esta conexión.

Esto implicaría que el bienestar espiritual estaría mediado por el equilibrio entre ambas dimensiones, por lo que sería imposible que se tenga una buena relación con Dios sin que se tenga una adecuada relación consigo mismo, con los demás y con lo que le rodea a la persona.

Características de la Espiritualidad

Asimismo, Salgado-Levano (2016) propone que la espiritualidad posee ciertas características.

La espiritualidad al ser una experiencia personal variaría tanto de persona a persona como de un momento a otro, esto quedaría ejemplificado en el hecho de que en diversas ocasiones esta no se desarrolla o no se toma en cuenta hasta la llegada de situaciones estresantes. En la misma línea de pensamiento, la espiritualidad implica el desarrollo de un propio sistema de creencias acerca de temas existenciales, lo que conllevaría a aceptar lo que es, lo que no implica asumir una resignación o pasividad, esta actitud generaría felicidad y paz que a su vez produciría creatividad y capacidad de amar.

Asimismo, la espiritualidad puede desarrollarse mediante la práctica de diversos ritos, practicas, ejercicios espirituales o incluso mediante experiencias cotidianas. Por lo cual su desarrollo abarcaría la realización de actividades tradicionales no teístas, esto denota que no se requiere estar adscrito o participar activamente en una religión para poder desarrollarla.

Modelos en Salud de la Espiritualidad

Aproximación al Modelo Bio-psico-social-espiritual

El modelo médico tradicional fue criticada y actualizado desde hace ya un siglo debido a que suponía reducir a la persona a un sujeto pasivo que debía seguir al pie de la letra todas las indicaciones del profesional de la salud con el fin de mejorar su condición patológica, sin tener en cuenta como la interacción de otros factores influenciaba en el estado de bienestar de la persona (Ros, 2017).

Sin embargo, en este nuevo modelo teórico aún quedaba fuera la dimensión espiritual de la persona, a pesar de ya ser reconocida como una necesidad a cubrir dentro de los cuidados de la salud (Santana et al., 2017).

Frente a ello Sulmasy (como se citó en Ros, 2017) propone el modelo bio-psico-social-espiritual, si bien aún se encuentra en desarrollo, este modelo plantea que la adecuada evaluación de cada dimensión se lograría mediante el análisis del estado actual del paciente, la revisión de la historia de cada dimensión de la persona y mediante el análisis de lo que la persona podría advertir de su estado. Esto implicaría que el paciente tendría un informe espiritual en la cual se debería especificar todo lo hallado y en base a ello detallar sus necesidades espirituales.

Evolución de los Patrones de Salud y Espiritualidad

Koenig (2008) dio 4 patrones en los que la visión de la espiritualidad con respecto a la influencia que poseía en la salud mental y física va cambiando y haciéndose cada vez más palpable.

Versión Tradicional-histórica de Espiritualidad

En esta versión, la concepción de la influencia de la espiritualidad sobre la salud física y mental es inexistente. La espiritualidad solo es concebida dentro de una religión concreta y no pueden ser separadas, por ende, las personas más espirituales serían al mismo tiempo las que más practiquen su religión.

Esta versión se caracteriza por una profunda religiosidad, dedicación al servicio de la religión y a los miembros, y la enseñanza de la fe se da mediante testimonios de vida.

Versión Moderna de Espiritualidad

Es aquí donde nace la disyuntiva entre espiritualidad y religión, pues la espiritualidad trascendería las religiones, siendo así, encontraríamos personas espirituales y religiosas, así como personas espirituales, pero no religiosas. Sin embargo, aún se excluirían a las personas seculares, defendiendo que ellos no resultarían beneficiados por la espiritualidad.

Versión Tautológica Moderna de Espiritualidad

Gracias al interés despertado por diversos investigadores, la espiritualidad empieza a ser asociada a estados psicológicos positivos con mayor frecuencia, por lo que la hipótesis del impacto positivo de la espiritualidad sobre la salud empieza a fortalecerse. La visión de las personas seculares se mantiene.

Versión Clínica Moderna de Espiritualidad

En esta última versión de la espiritualidad lo secular también gozaría de los beneficios de la espiritualidad.

Impacto de la Espiritualidad en Estudiantes Universitarios

Existen estudios en los que se ha encontrado que los educandos con mayor nivel de espiritualidad tendrían a percibir mayores factores estresantes en el ambiente, sin embargo, serían estos mismos quienes harían mayor uso de estrategias de afrontamientos adecuadas a fin de sobrellevarlo. Se observó que los alumnos de psicología obtuvieron mayor puntaje en la escala global de espiritualidad como en sus sub dimensiones y según sexo se ultimó que las mujeres tendrían mayor acercamiento a la religiosidad por medio de ritos como la oración y el contacto directo con un ser todo poderoso (Tovar & Caro, 2019).

En estudiantes ayacuchanos, la espiritualidad se ha relacionado con la inteligencia emocional, encontrándose que todas las dimensiones de esta se relacionaban positivamente con

todos los componentes de espiritualidad. La dimensión de autoconciencia, perteneciente a la espiritualidad, fue la que presentó las correlaciones más fuertes con todas las dimensiones de inteligencia emocional, por lo que se propuso que la tendencia a valorar, reflexionar y analizar los propios estados emocionales incidían de manera directa en los procesos de regulación emocional. Se ha de mencionar que al analizar los resultados según edad y sexo se concluyó que las mujeres le daban mayor importancia a las experiencias espirituales y se encontraban más interesadas en la búsqueda de sentido y propósito de vida. (Miguel-Rojas et al., 2018).

Respecto a la influencia de la espiritualidad sobre el estilo de vida, Alva y Castillo (2018) analizaron esto en un grupo de estudiantes universitarios limeños, encontraron que todas las dimensiones de la variable espiritualidad se correlacionaban de manera positiva y significativa con el estilo de vida saludable de este modo se concluyó que en la medida en que se le dé sentido a la vida aumentaría el sentido de autonomía que a su vez incentivaría el desarrollo de hábitos de autocuidado y de vida saludable. Otro estudio realizado en estudiantes de medicina en Sud África, encontraron que la espiritualidad sería capaz de mejorar la calidad de vida de los estudiantes y de esta manera lograba funcionar como factor protector frente a los síntomas de depresión, de manera que creer en la existencia de algún poder superior lograría generar mejores respuestas frente al estrés, esto actuando sobre la percepción de la calidad de vida, obstaculizando la aparición de síntomas de depresión (Pillay et al., 2016).

Si hablamos de estrés, podríamos mencionar que, este sería un factor capaz de propiciar el uso de sustancias psicoactivas, más aún en estudiantes universitarios debido a las preocupaciones por el rendimiento académico y sus relaciones dentro de su centro de estudios. Por ello Debnam, Milam, Furr- Holden, & Bradshaw (2016), decidieron observar la relación entre estrés y el consumo de sustancias, además de advertir de que manera la espiritualidad impediría con mayor ahínco el empleo de drogas legales e ilegales, encontrando que, si bien la espiritualidad no lograba moderar la relación entre estrés y consumo de sustancias, si se evidencio que los estudiantes que empezaron con el uso de drogas poseían menores niveles de espiritualidad, de manera que esta funcionaria como factor protector frente al consumo de sustancias.

Asimismo, Nilce y Guevara (2015) lograron concluir que, en estudiantes de la facultad de psicología de una universidad limeña, la espiritualidad y la resiliencia se relacionaban de manera moderada, encontrando dependencia entre todas las dimensiones de ambas variables. En la misma línea, Allen et al. (2018) encontraron que las experiencias que retaban a los estudiantes de enfermería, como las simulaciones de cuidado críticos y final de la vida, lograban aumentar su empatía y su espiritualidad, encontrando también relación entre estas dos variables.

De igual forma Mehrinejad et al. (2015) hallaron que la espiritualidad y sus dimensiones lograban predecir mejores niveles de resiliencia.

Finalmente, en un estudio sobre la influencia positiva que tiene la espiritualidad en el bienestar psicológico, realizada en una universidad adventista de Puerto Rico, Pérez et al. (2019) hallaron evidencia suficiente para afirmar que existe relación entre ambas variables. Esto podría explicarse debido a que es probable que el simple hecho de pertenecer a una familia que imparta una educación basada en la espiritualidad y asistir a una universidad que refuerce esta educación, fomentaría comportamientos saludables (Debnam et al., 2016).

Definición de Términos Básicos

Espiritualidad. “Concepto que abarca la búsqueda de sentido de vida, la autorrealización y la conexión con el yo interior y el todo universal” (Parsian y Dunning, 2009, p.208).

Autoconciencia “Refleja la información sobre como las personas se ven a sí mismas” (Parsian y Dunning, 2009, p.212).

Importancia de las creencias espirituales de la vida. “Refleja las opiniones de las personas sobre la importancia de las creencias para su vida” (Parsian y Dunning, 2009, p.212).

Prácticas espirituales. “Se enfoca en las practicas espirituales de las personas” (Parsian y Dunning, 2009, p.212).

Necesidades espirituales. “Explora la búsqueda de un propósito y un significado en la vida” (Parsian y Dunning, 2009, p.212).

Religión. “Es un sistema de creencias, prácticas, rituales, y símbolos diseñados para facilitar la cercanía a lo sagrado o trascendente” Koenig, McCullough y Larson (como se citó en Quinceno & Vinaccia, 2009, p. 323).

Religiosidad. “Expresión comportamental del sistema de creencias, la doctrina y los cultos de la religión” (Salgado, 2014, p. 128).

Estudiante universitario. “Son estudiantes universitarios quienes, habiendo concluido los estudios de educación secundaria, han aprobado el proceso de admisión a la universidad, han alcanzado vacante y se encuentran matriculas en ella.” (Ministerio de Educación, 2014, p.44).

Métodos

El estudio es de diseño no experimental y de tipo narrativa, pues se sustenta de fuentes de información primaria a fin de revisar la bibliografía actual sobre un tópico determinado (Arceo, Ornelas, & Domínguez, 2010; García, Jiménez, Arnaud, Ramírez, & Lino, 2011); asimismo, la técnica empleada será el análisis de documentos.

Para el presente estudio se realizó una búsqueda en distintas bases de datos, entre ellas ScienceDirect, SpringerLink, Elsevier, Scielo, ResearchGate, Dialnet, Scopus y ApaPsycNet. A fin de identificar los artículos a usar, se realizaron búsquedas avanzadas utilizando los descriptores “espiritualidad” and “estudiantes universitarios” o “spirituality” and “university students”

Se incluyeron investigaciones empíricas, artículos de revisión teórica, libros, revisiones sistemáticas y tesis, publicados entre los años 2007 y 2020, en idiomas español, inglés y portugués, en los cuales la variable a estudiar se ajustaba a la población seleccionada y en los cuales se encontraban definiciones, modelos en salud, teorías, dimensiones y características de la espiritualidad, así como indicadores afines. Se excluyó todo documento al que no se obtuvo acceso completo pues la sección de resumen no sería suficiente para llevar a cabo el análisis respectivo, así como todo documento duplicado.

Respecto a la organización y síntesis de la información, esta se ordenó precisando las diversas definiciones de espiritualidad, así como sus dimensiones, sus características y sus modelos en salud, para posteriormente describir el efecto de la espiritualidad en estudiantes universitarios

En cuanto a los aspectos éticos, se respetaron los derechos de autor y la información rescatada será usada solo para fines de la investigación. Además, se usó el programa anti plagio Turnitin para asegurar la originalidad del presente documento, obteniendo un porcentaje de 7%, indicando un índice de originalidad elevado (**Apéndice A**).

Resultados y Discusión

Definición de Espiritualidad

Son muchos los estudios en los que se toma a la espiritualidad, la religiosidad y la religión como sinónimos, sin realizar una diferenciación precisa de los conceptos, debido a que solo hasta hace algunas décadas se amplió el concepto de espiritualidad siendo asociado a diversos factores distintos a las creencias religiosas; por ello, la definición actual de la espiritualidad incluiría o excluiría diversos aspectos dependiendo de la teoría que se tome como base del estudio a realizar (Miguel-Rojas et al., 2018); siendo la delimitación conceptual un problema que obstaculiza la sistematización, análisis y generalización de los datos obtenidos en diversas investigaciones (Koenig, 2008).

Si bien la Asociación Americana de Psicología (APA) (como se citó en Gonzales-Rivera et al., 2019) considera que la espiritualidad representaría un interés por Dios, así como la sensibilidad hacia la experiencia religiosa, que podría darse o no en la práctica de una religión en particular; otros autores consideran que su definición abarcaría más que solo la búsqueda de un ser superior, agregando lo que consideran dos ejes fundamentales: las relaciones que establece la persona consigo misma a través de la búsqueda de sentido de vida y las relaciones armoniosas con los demás, así como la capacidad de reconciliación en caso de la presencia de conflicto en alguno de estos ejes (Benito, Bardero y Bones como se citó en Redondo-Elvira et al., 2017).

Por su parte otros autores como Santana et al. (2017) reemplazarían la búsqueda de un ser superior por la conexión con el medio que los rodeo o simplemente definirían la espiritualidad considerando solo uno de los tres ejes ya citado como en el caso de Piedmont (como se citó en Irurzun et al., 2017) quien consideraría que la espiritualidad consistiría en la construcción de un sentido de vida mucho más profundo.

Esta dificultad en la delimitación conceptual sería resultado de la ampliación del concepto fuera de una religión (Koenig, 2008); la poca inclusión de poblaciones internacionales en las investigaciones y la diversidad de cosmovisiones existentes que son configurados por la cultura, la religión y las experiencias de vida (O'Grady et al., 2016).

Si bien la religión da una base más sólida para construir, desde ella, un concepto delimitado de la espiritualidad, se dificultaría su diferenciación con la religión y la religiosidad, se cerraría la posibilidad de desarrollarla mediante prácticas cotidianas y volveríamos a una visión en la cual no tendrían cabida las personas seculares; siendo esto un grave error, puesto que se negaría el factor personal que posee la espiritualidad. Además, siendo la espiritualidad reconocida como una dimensión de la persona, nos ha de dar una idea de la amplitud de esta

variable, por lo cual limitarla a definirla según ciertas prácticas, necesidades, rituales y creencias dadas por una religión específica no abarcaría toda su complejidad.

Frente a ello parece pertinente ampliar esta variable hacia las demás dimensiones, por lo cual la definición estaría comprendida por los 3 ejes ya citados, ya que la relación adecuada con uno mismo y con los demás sería el resultado del roce entre la dimensión espiritual, psicológica y social, mismos que servirían de nexo para relacionar la dimensión espiritual con la física; y el tercer eje, la relación con un ser superior, así como la capacidad de entrar en un proceso de reconciliación en caso de entrar en conflicto con alguno de estos ejes, le aportaría a la definición el factor trascendental que se le adjudica.

Dimensiones de la Espiritualidad

Otro de los principales problemas que supone la inexistencia de una delimitación conceptual de la espiritualidad es la dificultad para descomponerla en dimensiones y así facilitar su estudio.

Pese a ello, Salgado-Levano (2016) logró recoger evidencia de una propuesta de dimensiones que lograría encerrar el concepto de espiritualidad, siendo estas la dimensión horizontal y la dimensión vertical. La primera haría referencia a la relación que tiene la persona consigo misma, con los demás y con su entorno, mientras que la segunda encerraría la relación de la persona con un ser superior.

Esta propuesta de dimensiones también supondría un problema, debido a la imposibilidad de medir de manera objetiva la relación que puede tener una persona con un ser que no puede ser observado. Frente a este problema podríamos argumentar que en tanto tengan un buen desempeño en la dimensión horizontal podría tener una buena relación con un ser superior, además esta relación podría medirse en base a las creencias que la persona tenga acerca de Dios y las prácticas que realice para rendirle culto, así como los estados emocionales que despiertan estas en las personas.

No obstante, esta respuesta también representa un problema puesto que en muchas religiones existen diversas prácticas y creencias que no se consideran necesariamente adecuadas y que incluso podrían deteriorar la salud de la persona, dejando notar la ambigüedad del concepto de espiritualidad que aún existe en el campo de la ciencia y advirtiendo la necesidad de mayor estudio a fin de consolidar sus dimensiones y las condiciones en las cuales esta podría ser beneficiosa para la persona.

Características de la Espiritualidad.

Igualmente, es Salgado-Levano (2016) quien propone tres características de la espiritualidad a saber: varía de un momento a otro y de persona en persona, implica el desarrollo

de un sistema de creencias propio y se puede desarrollar mediante la práctica de rituales religiosos o incluso mediante experiencias cotidianas.

Estas características expresan de manera adecuada el carácter personal que se le adjudica a la espiritualidad, puesto que una de las diferencias bastante marcadas entre la religión, la religiosidad y la espiritualidad, es que esta última trasciende y se alimenta de todo tipo de creencias y rituales religiosos, pero a la vivencia de cada uno de ellos se le agrega un carácter personal que lo hace único, abriendo la posibilidad de una relación distintiva entre la persona y un ser superior.

Asimismo, denota que los niveles de espiritualidad podrían variar dependiendo del ciclo vital en el que se encuentre la persona. Existen estudios en los cuales se ha confirmado que a medida que la persona se hace más consciente de la muerte, logra desarrollar una percepción mucho más amplia de la realidad y de su visión de la vida, lo cual lograría despertar su preocupación por su desarrollo espiritual a fin de trascender.

Modelos en Salud de la Espiritualidad

Debido a los diversos problemas que aún suponen los estudios sobre la espiritualidad; como la falta de delimitación y precisión conceptual que obstaculiza la aproximación de teorías así como su estudio (Gonzales-Rivera et al., 2019); la visión de este constructo dentro de perspectivas teológicas y religiosas cristianas occidentales que dificultan el desarrollo de instrumentos que midan dicha variable debido al potente arraigamiento cultural (Simkin et al., 2019); y la falta de interés en su estudio debido a considerarse como una variable que no puede ni debe estudiarse de manera científica (Gonzales-Rivera et al., 2019); es que aún no se ha desarrollado un enfoque que logre sustentar modelos de salud en el cual se incluya la espiritualidad.

No obstante, si han existido ciertas aproximaciones. Gracias a la inclusión de la dimensión espiritual dentro de la definición de salud por parte de la OMS en el año 1998, es que Sulsamy en el año 2002 propone una aproximación a un modelo, en el cual el paciente encontraría satisfacción en sus necesidades espirituales como parte del tratamiento integral de la enfermedad que presente (Ros, 2017).

Asimismo, Koenig (2008) propone un esquema evolutivo sobre cómo es que la espiritualidad fue ampliando su concepto y fue inmerso en el campo de salud, afirmando que la espiritualidad promovería la salud mental y mediante este mecanismo lograría influir en la salud física de la persona.

Estas aproximaciones hacia los modelos de salud en los cuales se podría incluir una la dimensión espiritual podrían resultar apresuradas y empobrecidas, puesto que, si bien se ha

demostrado que es un factor importante a manejar dentro del cuidado, formación y desarrollo integral de la persona, aún existen problemas más próximos, urgentes y necesarios a resolver como los ya citados. Puesto que, sin una buena delimitación conceptual, no se podrían generar instrumentos que logren medir con precisión este constructo, lo cual dificultaría el diseño de investigaciones profundas acerca de la espiritualidad, imposibilitando la generación de bases teóricas sobre las cuales basar los modelos de salud.

Impacto de la Espiritualidad en Estudiantes Universitarios

Diversos estudios confirman que la espiritualidad funcionaría como un factor protector en estudiante universitarios. Esto sería posible ya que la espiritualidad impulsaría la búsqueda de significado y propósito de vida, logrando un mejor desarrollo de los mecanismos de adaptación frente a eventos estresante (Sadeghifard, 2020; Gnanaprakash, 2015);

Asimismo, gracias a que funciona como un aspecto motivacional (Irurzun & Yaccarini, 2018); permitiría a la persona hacer cambios significativos en su vida, haciéndole tomar consciencia de cómo sus pensamientos, actitudes y creencias pueden jugar un papel importante en su estado emocional y por ende en la prevención y recuperación de salud, así como en la promoción de tolerancia frente a situaciones adversas (Irurzun & Yaccarini, 2018; Jiménez, 2005); siendo considerada como un factor promotor de salud, de bienestar psicológico y de aprendizaje académico (Siddiqa & Jahan, 2018).

En la misma línea de pensamiento, Pargament (como se citó en Santana et al., 2017) menciona que la espiritualidad tendría cinco funciones principales, a saber: búsqueda de significado o propósito, búsqueda de control de situaciones, búsqueda del confort, intimidad e integración social, y finalmente la transformación de la vida. Por ende, su desarrollo en la persona conseguiría suscitar mayor calidad en las relaciones interpersonales, creando sistemas de apoyo, guiando la conducta según valores morales, ofreciendo oportunidad de crecimiento y desarrollo personal, y mejorando la calidad de vida, impactando de manera positiva en la salud mental (Siddiqa & Jahan, 2018) y favoreciendo estilos de vida más saludable (Alva & Castillo, 2018; Navas & Villegas, 2006).

De la misma forma, existen diversos estudios en los cuales se ha logrado contrastar la correlación de la espiritualidad con el optimismo y una mejor calidad de vida, concluyendo que las personas más espirituales serían capaces de enfrentar los factores estresantes de la vida con mayor calma. También jugaría un papel importante en la experiencia física del dolor, siendo la oración el método no farmacológico más usado para confrontarlo, trayendo consigo no solo alivio, sino mayor capacidad para disfrutar la vida.

No obstante, es importante resaltar que la espiritualidad trae consigo beneficios, cuando no se encuentra arraigada a fanatismos y dogmas de ninguna religión existente, de lo contrario, tendría un efecto perjudicial en la salud de las personas, logrando desarrollar estilos de afrontamiento negativos. Si bien las distintas definiciones contemporáneas de espiritualidad la apartan de cualquier religión y la ubican como un concepto que trasciende cualquiera de ellas, también reconocen que se puede alcanzar mediante diversas prácticas y creencias religiosas; teniendo en cuenta que en muchas religiones se enseña a Dios como un ser castigador o en contraposición como un ser místico que cumple deseos, es probable que la persona desarrolle creencias que impidan su bienestar emocional como “¿Dios me castigará si hago esto?” o “Si lo pido con mucha fe Dios me lo dará” trayendo consigo preocupación por cada acto que se realice así como por cada ritual u oración, en ambos casos el resultado de estas creencias sería el aumento de los niveles de ansiedad, debido a la sensación de abandono o de rechazo por parte de ese ser superior, rompimiento de la relación entre la persona y este último; esto afectaría de manera directa la salud mental de la persona y por ende la salud física.

En el caso de que las personas logren desarrollar una imagen de un ser superior libre de pensamientos que las lleven a generar sentimientos poco favorables, aún está el obstáculo del desinterés por la satisfacción de las necesidades espirituales por parte de aquellos que brindan cuidados hacia la persona. Esto debido a que muchos profesionales de la salud y un buen porcentaje de población general, ven la espiritualidad y todo lo relacionado a ella como un obstáculo al momento de brindar cuidado. Tomando por tontas, retrogradas o ignorantes diversas creencias, de las personas que pertenecen a religiones distintas, referentes a ciertos procesos médicos. Esta actitud por parte del personal y de las personas prestadores de cuidado, puede favorecer la aparición de sensaciones de rechazo, aumentar los niveles de estrés, disminuir la percepción de apoyo, etc., de tal modo que la salud mental se vería afectada.

Otro factor que juega un papel decisivo en la relación entre la espiritualidad y la salud es el nivel de compromiso e implicación dentro de ciertas prácticas espirituales. Existen estudios que han llegado a la conclusión de que la espiritualidad sería beneficiosa siempre y cuando las prácticas en las que la persona está implicada se realizan con convicción y compromiso, de no ser así, estas simplemente causarían aversión en la persona, despertando un rechazo hacia el ser superior y todo lo relacionado con él.

Asimismo, no podemos tomar como concluyentes los beneficios o desventajas de la espiritualidad debido a la baja producción de investigación experimental o cuasi-experimental, las cuales lograría verificar y explicar la causalidad entre la espiritualidad y demás variables. Ya que, si bien los estudios correlaciones ya nos darían indicios de una posible causalidad, esto

no se puede tomar como definitivo, debido a que la relación entre distintas variables podría estar mediada por otros factores ambientales que no han sido evaluados o tomados en cuenta.

Otra crítica a estos estudios correlacionales es el uso de instrumentos que abarcan no solo la espiritualidad, sino que se encuentran contaminados con ítems referentes a diversas variables relacionadas, logrando así sesgar de manera significativa los resultados, esto estaría relacionada con la dificultad para establecer una definición conceptual precisa y bien delimitada, lo cual será discutida en el siguiente apartado.

Conclusiones

La espiritualidad aún no cuenta con una delimitación conceptual consensuada y precisa que logre abarcar toda la complejidad del constructo; no obstante, se encuentra como la más completa, actualmente, la siguiente definición: la espiritualidad se basa en las relaciones que establece la persona consigo misma a través de la búsqueda de sentido de vida, las relaciones armoniosas con los demás y la relación con un ser superior, así como la capacidad de reconciliación en caso de la presencia de conflicto en alguno de estos tres ejes.

En concordancia con la definición se encuentra que la espiritualidad estaría compuesta por dos dimensiones, una vertical, la cual encerraría los dos primeros ejes de la definición; y una horizontal, la cual encerraría el último eje.

La espiritualidad lograría variar su desarrollo de persona en persona, dependiendo de la etapa del ciclo vital en la que esta se encuentre, implicaría la génesis y el desenvolvimiento de un sistema de creencias personal y su desarrollo podría ser favorecido mediante la práctica de rituales religiosos o mediante experiencias cotidianas.

Debido a la ausencia de una delimitación conceptual, los modelos en salud donde se incluye la dimensión espiritual como parte del cuidado integral de la persona no se encuentran perfeccionados y no presentan las bases teóricas suficientes para sustentar un desarrollo más profundo y puntual.

Los estudios empíricos demuestran que la espiritualidad cumple un rol esencial en el mantenimiento de la salud mental y el desarrollo integral de los estudiantes universitarios al encontrarse asociada a uso de mejores estrategias de afrontamiento frente a situaciones generadoras de estrés, mayor capacidad de regulación emocional, mejores estilos de vida que a su vez se encuentra asociada a una mayor calidad de vida, menor presencia de síntomas de depresión, menor implicancia en conductas de riesgo como el consumo de sustancias, mayores niveles de resiliencia y mayor percepción de bienestar psicológico.

Es pertinente afirmar que la literatura sobre la espiritualidad en el campo del comportamiento humano se ha extendido en los últimos 10 años, no obstante, aún se encuentra pertinente y con carácter de urgencia realizar investigaciones en otras poblaciones, pues la ausencia de investigación fuera del contexto anglosajón se hace aún más notable cuando se delimita como población de estudio a los estudiantes universitarios. Sumado a ello será necesario aumentar el estudio de esta variable usando diversos diseños metodológicos a fin de confirmar la causalidad y reforzar la base teórica para así tener mayor comprensión de cómo se relaciona la espiritualidad con demás variables positivas.

Recomendaciones

Promover líneas de investigación que incentiven el estudio de la espiritualidad con el objetivo de fortalecer las bases teóricas que permiten comprender y explicar las relaciones entre espiritualidad y demás variables, permitiendo que los modelos en salud que pretenden integrar la espiritualidad dentro del desarrollo, cuidado y recuperación de la persona puedan conseguir un mayor sustento.

Asimismo, se encuentra pertinente seguir trabajando en la delimitación conceptual de la espiritualidad, a fin de poderla diferenciar de otras variables afines, permitiendo un consenso en la evaluación empírica lo que a su vez impulsaría el estudio de esta variable en diversas poblaciones, facilitaría la generalización de resultados, estimularía el interés científico por esta variable y promovería el desarrollo de estudios más profundos capaces de confirmar la causalidad de las relaciones.

Es necesario que los estudiantes y profesionales que se encuentran realizando investigaciones sobre la espiritualidad dentro del contexto peruano sometan sus estudios a revistas de psicología, con el fin de que estos estudios cuenten con todos los requisitos que exigen los procedimientos científicos actuales, maximizando la validez de la información hallada.

Referencias

- Allen, M., Emlund, M., Kozdronkiewicz, M., Bayer, K. & Bland, T. (abril, 2018). Exploring the Relationship between Nursing Students' Resilience and Spirituality in a Critical Care, End-Of-Life Care Simulation. *Palliative Medicine & Care*, 5(2), 1–6.
Recuperado de:
https://www.researchgate.net/publication/326204616_Exploring_the_Relationship_between_Nursing_Students'_Resilience_and_Spirituality_in_a_Critical_Care_End-Of-Life_Care_Simulation
- Alva, L. & Castillo, L. (junio, 2018). Espiritualidad y estilo de vida en estudiantes de Medicina Humana de la Universidad Peruana Unión, Lima 2017. *Revista Científica de Ciencias de La Salud*, 11(1), 44–49.
https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/1058
- Arceo, J., Ornelas, J., & Domínguez, S. (2010). *Manual de medicina basada en evidencias* [Versión PDF]. Recuperado de: <https://booksmedicos.org/manual-de-medicina-basada-en-evidencias/#more-60862>
- Debnam, K., Milam, A., Furr-Holden, C., & Bradshaw, C. (abril, 2016). The Role of Stress and Spirituality in Adolescent Substance Use. *Substance Use and Misuse*, 51(6), 733–741. Recuperado de:
https://www.researchgate.net/publication/301278894_The_Role_of_Stress_and_Spirituality_in_Adolescent_Substance_Use
- Díaz, L., Muñoz, A., & De Vargas, D. (junio, 2012). Confiabilidad y validez del cuestionario de espiritualidad de Parsian. *Revista Latinoamericana Enfermagem*, 20(3), 8.
Recuperado de: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v20n3/es_a18v20n3.pdf
- García, J., Jiménez, F., Arnaud, M., Ramírez, Y., & Lino, L. (2011). *Introducción a la metodología de la investigación en ciencias de la salud* [Versión PDF]. Recuperado de: <https://booksmedicos.org/introduccion-a-la-metodologia-de-la-investigacion-en-ciencias-de-la-salud/#more-116335>
- Girard, A. (2007). Espiritualidad: ¿Promueve Resiliencia? *Editorial Paidós. Buenos Aires*, 8, 1–11. Recuperado de :
<http://www.adolescenciaalape.com/sites/www.adolescenciaalape.com/files/Espiritualidad%20-Promueve%20resiliencia%20-%20G%20Girard.pdf>
- Gnanaprakash, C. (mayo, 2015). Spirituality and Resilience among Post-Graduate University Students. *Journal of Health Management*, 15(3), 383–396. Recuperado de:
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0972063413492046?journalCode=jhma>

- Gonzales-Rivera, J., Pagán-Torres, O., Soto-Rodríguez, N., Rodríguez-Torres, N., Maymí-Guadalupe, L. & Rodríguez-Rivera, N. (marzo, 2019). Espiritualidad y Religiosidad en Revistas puertorriqueñas de Psicología. Un análisis bibliométrico. *Ciencias de la Conducta*, 34 (1), 1–38. Recuperado de:
<http://cienciasdelaconducta.org/index.php/cdc/article/view/11>
- Irurzun, J. & Yaccarini, C. (2018). Resiliencia, espiritualidad y propósito de vida. Una revisión del estado del arte. *Revista de Investigación En Psicología Social*, 4(2), 58–66. Recuperado de:
https://www.researchgate.net/publication/330076139_Resiliencia_Espiritualidad_y_Proposito_de_Vida_Una_revision_del_estado_del_arte
- Irurzun, J., Mezzadra, J. & Preuss, M. (octubre, 2017). Resiliencia y Espiritualidad. Aportes Para Su Estudio Desde Una Perspectiva Psicológica. *Revista Científica Arbitrada de La Fundación MenteClara*, 2(2), 205–216. Recuperado de:
https://www.researchgate.net/publication/320853401_Resiliencia_y_Espiritualidad_Aportes_para_su_estudio_desde_una_perspectiva_psicologica
- Jiménez, J. (junio, 2005). La Espiritualidad Dimension Olvidada De La Medicina. *Gaceta Universitaria*, 1(2), 92–101. Recuperado de :
http://revistagpu.cl/2005/GPU_junio_2005_PDF/LA_ESPIRITUALIDAD_DIMENSION_OLVIDADA_DE_LA_MEDICINA.pdf
- Koenig, H. (mayo, 2008). Concerns about measuring “spirituality” in research. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 196(5), 349–355. Recuperado de:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18477877/>
- Mehrnejad, S., Tarsafi, M. & Rajabimoghadam, S. (mayo, 2015). Predictability of Students’ Resiliency by Their Spirituality. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 205, 396–400. Recuperado de:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042815050429#:~:text=Results%3A%20The%20findings%20revealed%20a,of%20spirituality%20show%20greater%20resiliency.>
- Miguel-Rojas, J., Vílchez-Quevedo, E. & Reyes-Bossio, M. (mayo, 2018). Espiritualidad e Inteligencia Emocional en estudiantes universitarios de la ciudad de Ayacucho. *Interacciones: Revista de Avances En Psicología*, 4(2), 131–141. Recuperado de:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6591713>
- Ministerio de Educación. (2014). Ley Universitaria. Recuperado de:
http://www.minedu.gob.pe/reforma-universitaria/pdf/ley_universitaria.pdf

- Navas, C., & Villegas, H. (junio, 2006). Esperitualidad y salud. *Revista Ciencias de La Educación*, 1(27), 29–45. Recuperado de:
<http://www.revenicyt.ula.ve/storage/repo/ArchivoDocumento/rceduc/v6n27/articulo2.pdf>.
- Nilce, E. & Guevara, V. (2015). *Religiosidad y resiliencia en estudiantes de psicología de una universidad de Lima Este*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Peruana Unión, Lima. Recuperado de:
https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/169/Eliana_Tesis_bachiller_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- O’Grady, K., Orton, J., White, K. & Snyder, N. (junio, 2016). A way forward for spirituality, resilience, and international social science. *Journal of Psychology and Theology*, 44(2), 166–172. Recuperado de:
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/009164711604400207?journalCode=ptja>
- Oblitas, L. (2008). *Psicoterapias Contemporaneas*. [Versión PDF] Recuperado de:
<http://www.ebiblioteca.org/?/ver/109176>
- Parsian, N., & Dunning, T. (abril, 2009). Developing and validating a questionnaire to measure Spirituality: A psychometric process. *Galen Medical Journal*, 5(4), 208–214. Recuperado de:
https://www.researchgate.net/publication/41940657_Developing_and_Validating_a_Questionnaire_to_Measure_Spirituality_A_Psychometric_Process
- Pérez, I., Ramos, N., Vélez, L., Santoni, D., Flores, K., & Valles, K. (septiembre, 2019). Relación entre espiritualidad y bienestar psicológico en una muestra de estudiantes , empleados docentes y no docentes de la Universidad Adventista de las Antillas. *Vestiguam: Revista de la Universidad Adventista de las Antillas*, 5(1), 16-21. Recuperado de:
https://www.researchgate.net/publication/335777480_Relacion_entre_espiritualidad_y_bienestar_psicologico_en_una_muestra_de_estudiantes_empleados_docentes_y_no_docentes_de_la_Universidad_Adventista_de_las_Antillas
- Pillay, N., Ramlall, S. & Burns, J. (marzo, 2016). Spirituality, depression and quality of life in medical students in KwaZulu-Natal. *South African Journal of Psychiatry*, 22(1), 1–6. Recuperado de: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30263152/>

- Quinceno, J. M., & Vinaccia, S. (mayo, 2009). La salud en el marco de la psicología de la religión y la espiritualidad. *Diversitas*, 5(2), 321–336. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v5n2/v5n2a09.pdf>
- Redondo-Elvira, T., Ibañez-del-Prado, C. & Barbas-Abad, S. (octubre, 2017). Espiritualmente resilientes. Relación entre espiritualidad y resiliencia en cuidados paliativos. *Clinica y Salud*, 28(3), 117–121. Recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742017000300117
- Ros, J. (2017). *Implicación de la espiritualidad en la resiliencia y en la calidad de vida de pacientes oncológicos*. (Tesis de Doctorado). Universidad Católica de Murcia, España. Recuperado de: <http://repositorio.ucam.edu/bitstream/handle/10952/2379/Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sadeghifard, Y., Veisani, Y., Mohamadian, F., Azizifar, A., Naghipour, S. & Aibod, S. (enero, 2020) Relationship between aggression and individual resilience with the mediating role of spirituality in academic students - A path analysis. *Journal of Education and Health Promotion*, 9 (2). Recuperado de: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7032025/>
- Salgado, A. (enero, 2014). Revisión de estudios empíricos sobre el impacto de la religión, religiosidad y espiritualidad como factores protectores. *Propósitos y Representaciones*. 2(1), 121-159. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5475193.pdf>
- Salgado-Levano, A. (agosto, 2016). Acerca De La Psicología De La Religión Y La Espiritualidad. *Revista EDUCA UMCH*, 7, 7–27. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/317040938_Acerca_de_la_Psicologia_de_la_Religion_y_la_Espiritualidad
- Salgado-Levano, A. (octubre, 2017). Espiritualidad y educación : retos y desafíos en la formación universitaria de estudiantes de psicología. *Psychology Investigation*. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/322642323_Espiritualidad_y_educacion_retos_y_desafios_en_la_formacion_universitaria_de_estudiantes_de_psicologia/citations
- Santana, C., Antunes, M., Miranda, M. & Donha, S. (noviembre, 2017). Espiritualidade nos serviços de urgência e emergência. *Revista Bioética*, 25(3), 596–602. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/321861301_Espiritualidade_nos_servicos_d_e_urgencia_e_emergencia

- Sarubbi de Rearte, E., & Castaldo, R. (2013). Factores causales del estrés en los estudiantes universitarios. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional En Psicología, 291–294. Retrieved from <https://www.aacademica.org>.
- Siddiqi, A., & Jahan, A. (enero, 2018). The Relationship Between Spirituality and Resilience. *A Primer of Lebesgue Integration*, 5 (37), 39-45. Recuperado de: https://www.academia.edu/36216572/THE_RELATIONSHIP_BETWEEN_SPIRITUALITY_AND_RESILIENCE
- Simkin, H., Rubio, P., Di Puglia, G. & Preuss, M. (septiembre, 2019). Religion and spirituality within the five-factor model of personality. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, 4(2), 73–109. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/336637202_Religiosidad_y_espiritualidad_en_el_marco_del_modelo_de_los_cinco_factores_de_la_personalidad.
- Tovar, J. & Caro, A. (2019). *Religiosidad, Espiritualidad y Estrés Académico en estudiantes universitarios de Lima* (Tesis de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de: http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/14712/TOVAR_JAEGER_RELIGIOSIDAD_ESPIRITUALIDAD_Y_ESTRES_ACADEMICO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Wachholz, M. & Castellá, J. (junio, 2018). *Sociedad e Infancias Bem-estar de adolescentes e sua relação com a espiritualidade e a religiosidade: Revisão sistemática da literatura recente*, 2, 233–257. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6724734>
- Yoffe, L. (julio, 2012). Beneficios de las prácticas religiosas/ espirituales en el duelo. *Avances en psicología latinoamericana* 20(1), 9–30. Recuperado de: <https://www.unife.edu.pe/pub/revpsicologia/avances2012/laurayoffe.pdf>

Anexos

Informe de Investigación Teórica

INFORME DE ORIGINALIDAD

7 %	6 %	1 %	2 %
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	revistas.usil.edu.pe Fuente de Internet	1 %
2	pesquisa.bvsalud.org Fuente de Internet	1 %
3	Submitted to Atlantic International University Trabajo del estudiante	1 %
4	Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru Trabajo del estudiante	<1 %
5	cybertesis.unmsm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
6	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1 %
7	revistas.ucm.es Fuente de Internet	<1 %
8	Submitted to Universidad Catolica San Antonio de Murcia Trabajo del estudiante	<1 %